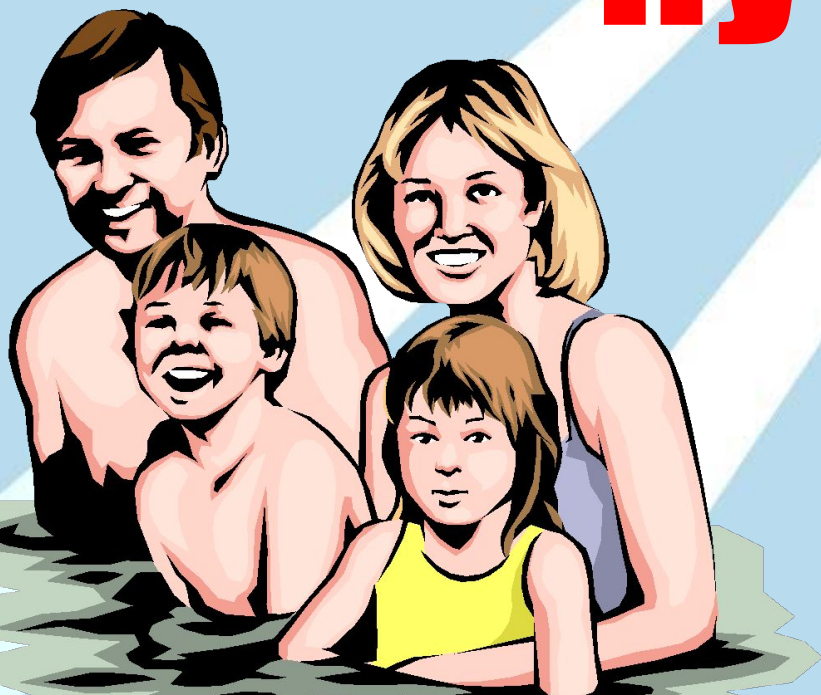


# **Здоровый мир - путь к успеху!**



«Я здоровье берегу

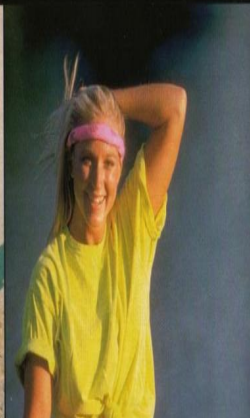
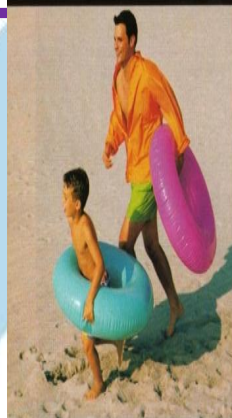
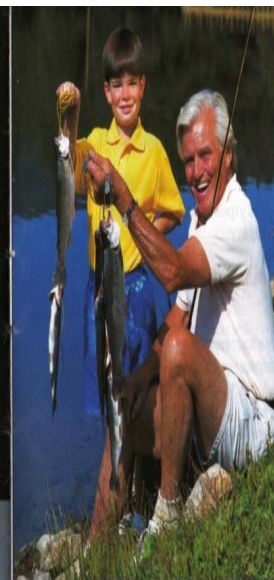
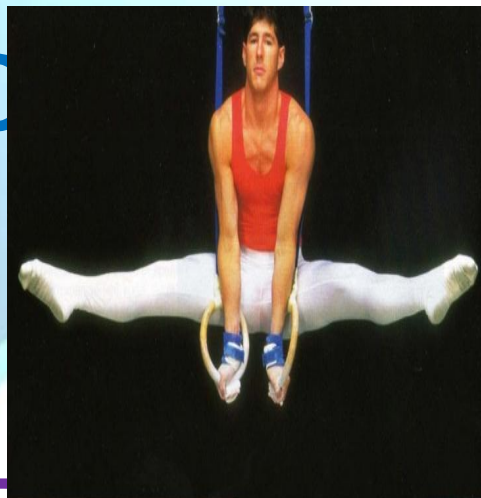
—  
сам себе я по

Я УМЕЮ ДУМАТЬ,

УМЕЮ РАССУЖДАТЬ

ЧТО ПОЛЕЗНО ДЛЯ  
ЗДОРОВЬЯ,

ТО И БУДУ ВЫБИРАТЬ



# Главные факторы здоровья:

- ☀️ движение;
- ☀️ питание;
- ☀️ режим;
- ☀️ закаливание.

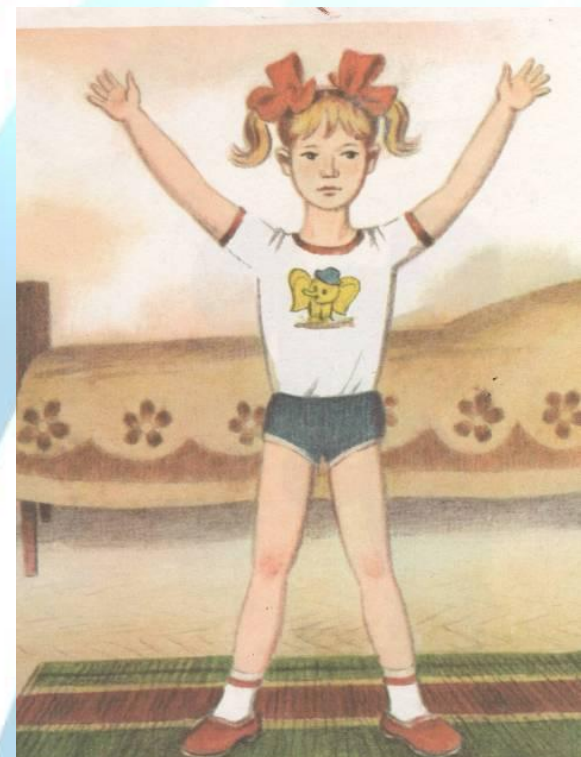


# Если хочешь быть здоров – закаляйся!

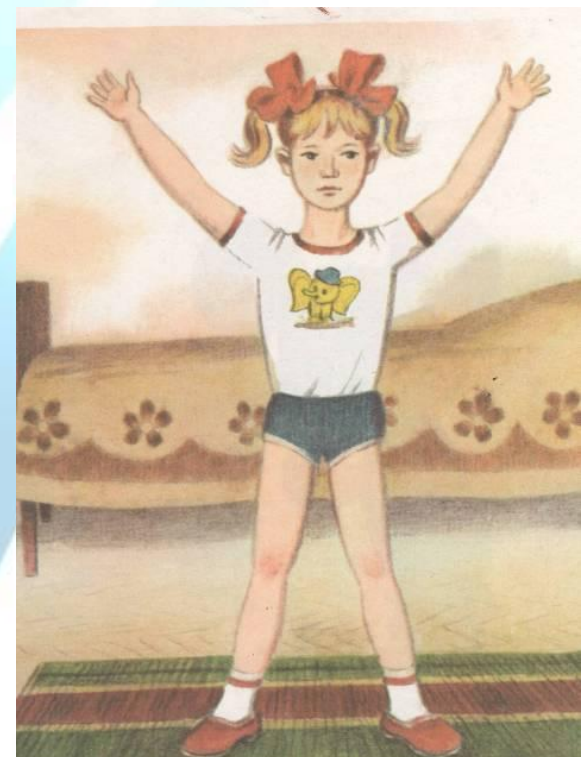


# «Профилактика лечения в бесконечности движения»

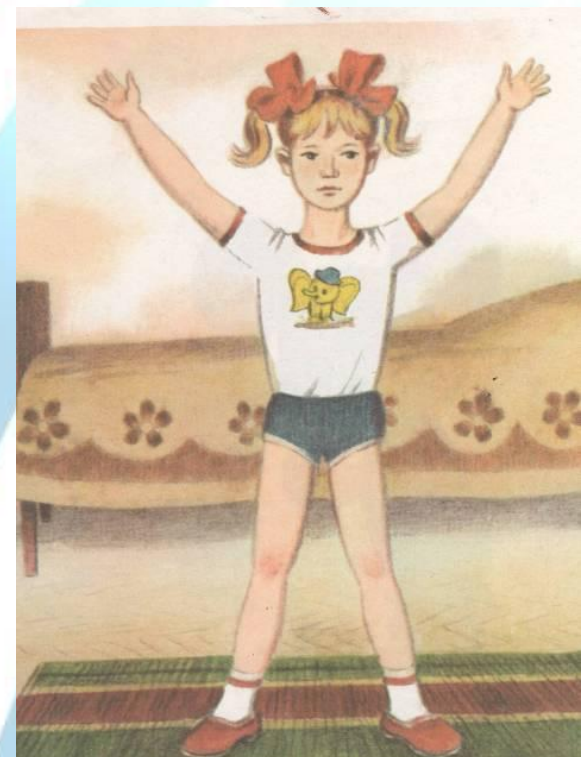
**Занимайтесь  
физкультурой  
и  
спортом!**



# «ПТРОС И ЫМ»



# «СПОРТ И МЫ»



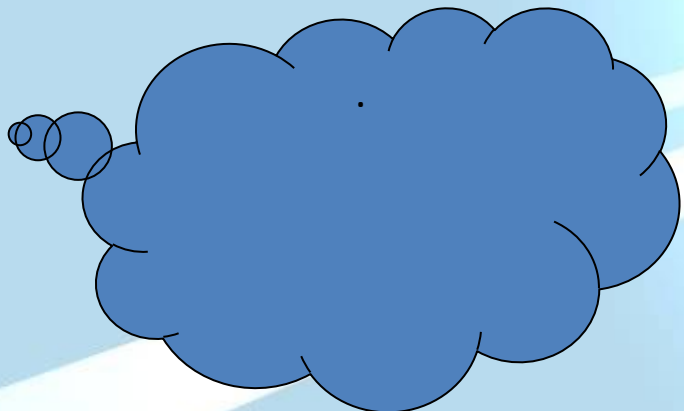


# РЕКОМЕНДАЦИИ



- приучи себя просыпаться и вставать каждый день в одно и то же время;
- выполняй каждый день утреннюю зарядку;
- следи за чистотой тела, волос, ногтей и полостью рта;
- старайся есть в одно и то же время.





# **Здоровый мир - путь к успеху!**

